United We **Prepare**

UNITED WAY Southern Nevada | verizon

我们的家庭
备灾计划

家庭信息

户主姓名：_____

地址：_____

电话号码：_____

电子邮件：_____

家庭汇合地点

如果我们走散了，我们将在以下地点见面：

附近地点：_____

例如：在奶奶家院子里的停车标志处

区域外地点：_____

例如：在 John 叔叔家

提示：在 **www.nvroads.com** 在线实时查看内华达州的交通拥堵和被洪水淹没的道路

我们的维护计划

上次应急包检查日期：____/____/____

我们将于以下日期进行检查/更新：____/____/____

提示：在您的日历中添加提醒！

UNITED WAY Southern Nevada | 211 Get Connected. Get Help.

如需在灾前、灾中或灾后寻求帮助，
请拨打 211。全天候提供服务。

灾前准备

紧急联系人 + 重要电话号码

替代方案：扫描二维码在线填写类似的联系人列表，然后下载并打印。

紧急联系人（市外）：
姓名：_____
电话：_____

当地紧急联系人（邻居/朋友）：
姓名：_____
电话：_____

主治医生/诊所：_____
电话：_____

儿科医生：_____
电话：_____

药房：_____
电话：_____

银行：_____
最近的分行地址：_____
电话：_____

医疗保险提供商：
保单号：_____
电话：_____

房屋/租房者保险提供商：
保单号：_____
电话：_____

汽车保险：_____
电话：_____

学校/托儿所：_____
电话：_____

老年护理机构：_____
电话：_____

兽医：_____
电话：_____

提示：把这个电话表也给其他人一份！

提示：紧急情况对老年人和残障人士来说尤其具有挑战性。制定个人应急预案是确保您安全和满足您特定需求的最佳方式。要创建适合您和您家人的计划，请访问 **bereadynv.org** 获取您需要的所有信息

谁住在我家里？

建议所有人填写本部分，尤其是非英语人士或其他与紧急救援人员沟通可能存在障碍的人。截至 ___/___/___

姓名	年龄	食物和药物过敏	特殊援助需求，药物剂量

宠物名称	物种	特殊需求和注意事项

收拾好您的应急包！

必备物品

- ☐ 每个人和您住所的近期照片，包括室内和室外（或将其保存在智能手机上）
- ☐ 每位家庭成员的应急包贴上姓名标签
- ☐ 不会变质且不需要冷藏的食物、香料和餐具（每人 3 天份量）
- ☐ 重要文件的防水袋/容器
- ☐ 雨披
- ☐ 可重复使用的勺子
- ☐ 手动开罐器
- ☐ 5-7 天的供水（1 加仑/人/天）
- ☐ 每人的替换衣物（至少包含袜子和内衣！）
- ☐ 处方药（每人 7-14 天药量）
- ☐ 用于存放需要冷藏的药物的即时冰袋
- ☐ 备用眼镜、隐形眼镜
- ☐ 装有非处方药的急救箱
- ☐ 折叠式手持风扇
- ☐ 旅行装卫生用品（香皂、牙刷等）
- ☐ 一卷纸巾
- ☐ 塑料、加厚垃圾袋
- ☐ 太阳能或电池供电的收音机/手电筒
- ☐ 备用电池、移动电源和充电线
- ☐ 永久性记号笔、纸和铅笔
- ☐ 应急哨
- ☐ 用于关闭公用设施的扳手或多功能工具
- ☐ 消毒湿巾
- ☐ 卫生纸
- ☐ 管道胶带

其他物品

- ☐ 寒冷天气装备：聚酯薄膜毯子和暖手器
- ☐ 炎热天气装备：防晒霜和遮阳伞
- ☐ 防水火柴、打火机
- ☐ 驱虫剂
- ☐ 现金
- ☐ 工作手套
- ☐ 纸牌、儿童玩具
- ☐ 反光背带/衣服
- ☐ 成人吸水内裤
- ☐ 婴儿食品和用品（如果需要）
- ☐ 宠物食品和药品、备用项圈和笼子

复制或替换重要文档

装有所有重要文件的防水袋放在：

_____

_____

例如：在我们的应急包中！

提示：将所有重要文档的电子版保存在 USB 里，并将其放在应急包中，或将它们保存在云盘上，以便可以通过 wifi 连接从任何地方进行访问。

其他文件

- 每个家庭成员的个人照片（头像）
- 家庭物品清单（列出所有贵重物品，包括家具、电子产品、车辆等）
- 租借/租用协议
- 保险单（住房、承租人、车辆、宠物）
- 为填好的备灾计划拍照

联邦文件

社会保障卡
- SSA.gov 或 800-772-1213（TTY 800-325-0778）

Medicare 卡
- Medicare.gov 或 800-633-4227（TTY 877-486-2048）

护照
- Pptform.state.gov 或 877-487-2778（TTY 888-874-7793）

永久居民卡（绿卡）
- myaccount.uscis.gov 或 888-897-7781（TTY 877-875-6028）

军事记录
- archives.gov/veterans

州和县文件

出生和死亡证明，结婚和离婚证明复印件（认证和非认证）
- dhhs.nv.gov
- 或联系签发证件的县级办事处

内华达州驾驶执照和带照片的身份证
- dmv.nv.gov

居住和财产记录

住址/居住证明：
请联系您的公用事业公司以获取最近的账单
- 内华达州能源：702-402-5555
- 西南燃气：877-860-6020
- 拉斯维加斯谷水区：800-252-2011

房地产和财产记录：
联系您的抵押贷款公司或县评估员办公室

财务健康提示：
- 改为直接汇入账户以避免拖欠付款
- 打印或下载您自动支付的任何账单（租金、水电费、贷款、订阅费）的对账单
- 在您的智能手机上下载任何银行或账单支付应用程序

灾难发生后的第一步

UNITED WAY Southern Nevada | 211 Get Connected. Get Help.®

为了您的……

您的家人

- 列出可用的财务资源以及其他援助来源
- 列出需要更换的物品
- 拍摄已发生的损坏情况
- 与家人和朋友保持联系
- 考虑加入支持小组
- 快速恢复正常日常生活
- 鼓励每个人谈论自己的感受，诚实地表达自己的感受

您自己

- 合理饮食，多喝水
- 运动减压——快步走
- 不要承担太多压力，充分休息——如果睡不着就打个盹
- 谈论您的恐惧和担忧，考虑与可以帮助您管理压力的辅导员交谈，并在需要时毫不犹豫地寻求帮助

您的孩子

- 多多给予安抚的拥抱
- 提供真实的灾难信息
- 睡前多花一些时间陪伴他们
- 让您的孩子做特定的家务，参与复原过程
- 赞扬负责任的行为

您的家/公寓

- 回家前检查您的房屋是否安全
- 联系您的保险经纪人——不要猜测您的承保范围
- 获取多个维修估价
- 将收据放在安全的地方
- 确定您可以自己或在他人的帮助下做什么
- 确定哪些方面需要专家（电气、管道）
- 通过参考信息核实承包商资质

查找避暑站

- allin.clarkcountynv.gov/Initiative/StayCool

第一个电话

- 致电学校/托儿中心检查学生离校程序
- 致电辅助生活机构或疗养院，询问家中长辈的情况
- 步行到邻居家看看他们的情况，并在有能力的情况下提供帮助

法律服务

了解租客的权利，**www.lacsn.org**

南内华达州法律援助中心可以协助解决房东、法律文件丢失和房屋所有权证明等问题。致电 702-386-1070

如果您有财产损失……

1. 拍摄您家的室内和室外**照片**
2. 致电您的保险公司以确认承保范围
3. 如何**清理**你的家——观看这段 3 分钟的视频
   - 在霉菌开始形成之前开始行动
   - 关闭公用设施
   - 清理您的物品
   - 拆除门、窗和踢脚板周围被水损坏的饰边
   - 移除 4 英尺高以内的石膏板墙（即使水位未达到 4 英尺标记）
   - 移除绝缘层
   - 清洁并保持房屋干燥
4. 将**碎片**分成建筑材料和天然/绿色垃圾各自一堆，并放置在街道旁边（不要堆在街道内）

查找食品银行

- nevada211.org

了解区别

- **911** - 用于紧急救生
- **211** - 与社会服务和其他资源建立联系（全天候）
- **311** - 骚扰电话、可疑活动、过往犯罪、交通问题和其他问题
- **988** - 自杀/危机生命热线（电话或短信）

FEMA & SBA

如果美国总统在联邦范围内宣布发生灾难，则幸存者可以获得 FEMA 和 SBA 的资源。

联邦紧急事务管理局 (FEMA)

- 为了增加您获得资金的机会，请**亲自**前往 FEMA 灾害资源中心 (DRC) 完成您的 FEMA 申请
- **如果您在初次申请后被拒绝，请务必对拒绝信提出上诉**
- 从这里开始：disasterassistance.gov

小企业管理局 (SBA)

SBA（小企业管理局）可以向个人（包括房主和租户，而不仅仅是小型企业）提供低息贷款援助，可用于：

- 修理和更换在已宣布的灾难中损坏且不在保险或 FEMA 保障范围内的实物资产
- 用以减少/消除未来损害（例如：安装暗沟或为您的房屋进行防风雨处理）的减灾援助
- 从这里开始：sba.gov/disaster